

## CIEN AÑOS Y MÁS

Por Francisco Vargas Roselló

## Ver para creer

Quien hable por teléfono con Sefín y no la conozca, seguramente le sucederá lo que a este reportero cuando contacté con ella por primera vez. Escuché una voz lozana y una fluidez sorprendente en el diálogo, no podía creer que tenía como interlocutora a una persona de 100 años de edad.

Cuando la enfermera jubilada, pero muy activa en los afanes de la Asociación Médica del Caribe (AMECA) y del Club de los 120 años, Lic. En enfermería con diplomado en geriatría, Aleida Rafael Martínez, me convocó para que entrevistara a María Josefa Jardines "Sefín", no imaginaba encontrarme una anciana centenaria con la perspicacia y la facilidad expresiva e interpretativa como resultó ser.

Aquella llamada telefónica fue para convenir la entrevista. Llega el día acordado y me acoge en su casa; nos acompañan Magdalena y la Lic. Aleida, quienes por muchos años han estado muy cerca de ella. Ahora con más intimidad, Sefín, con mucha claridad y coherencia, me comenta que nació el 15 de mayo del año 15 del siglo pasado; natural de "El Santo" Encrucijada, Jatibonico, provincia de Villa Clara; hija de otra veterana que vivió 107 años y trajo al mundo diez hijos, nueve mayores que Sefín, que ya fallecieron. Argumenta esta simpática señora que su mamá vivió las dos guerras independentistas cubanas, la de 1868 y la del 95 del siglo antes pasado.



Luego expone que su familia es corta; cuenta para su atención con dos sobrinos, pero uno vive en el extranjero y el que se ocupa de ella tiene 77 años, otro adulto mayor que va rumbo a los 100 años de edad en esta familia de ancestrales. Sefín enviudó después de cumplido los cuarenta aniversarios de matrimonio y cuando su esposo tenía 85 años de edad. Desde entonces se ha mantenido sin compañía íntima, pero se siente muy acogida y querida por los vecinos con quienes dice tener magníficas relaciones.

La longeva enfermera se lamenta de tener la vista débil, uno de sus ojos ya no es el mismo, y esa dolencia la limita un poco para realizarse mejor en las labores hogareñas, pero cuando su sobrino se va de viaje para la provincia Matanzas, ella

se queda sola y se ocupa de todos las labores; hoy somos testigos de eso. Dice que el sobrino de irse le dijo que buscara al médico de la familia para que diera el visto bueno, y así fue, el facultado en salud consideró que podía quedarse sin la asistencia de su sobrino.

La memoria de Sefín es prodigiosa, dice tener muy buena retención para los números telefónicos y de fechas que marcan aniversarios; está muy bien orientada, me dijo la dirección de su casa con mucha seguridad: Compostela Nro. 159 entre Empedrado y San Juan de Dios, Segundo Piso - Habana Vieja; pero también me dio puntos de referencias y la vía más fácil para llegar de donde me encontraba hacia su casa.

En un ambiente amable y simpático continuamos la entrevista. Me pide que la disculpe porque según ella, no tiene facilidades para expresarse, pero es pura modestia; María Josefa está muy cuerda y es ocurrente, se ríe mucho y como me cuenta le resulta difícil enfadarse. Es curioso escucharle, con una sonrisa disimulada, que en ocasiones cuando las circunstancias se lo permiten y existe una motivación, le gusta tomarse una cerveza.



Para este reportero fue más sorprendente verla caminar erguida y con mucha seguridad, y como para provocarme cruzaba las piernas y hacía gestos físicos nada fáciles para su edad; glosa en su comentario que en las mañanas antes de levantarse hace bicicleta acostada, ejercicio que la fortalece y le permite sentirse bien. Al solicitarle alguna anécdota, relató que dejó a muchos sorprendidos cuando fue de visita a un apartamento situado en el piso más alto de un edificio donde el elevador estaba roto, sin pensarlo comenzó ascender por las escaleras y contó más de cien escalones, dijo traviesa y con una sonrisa pícaro que uno por año.

También, como para sacarme de dudas, hacía reflexiones de algunos temas, demostrando su capacidad de raciocinio saludable.

Sefín en su etapa laboral fue una consagrada trabajadora, se desempeñó en un taller de corte y costura, fue una activa militante del Partido Comunista de Cuba y hoy me narró con orgullo muchas de sus hazañas en el cumplimiento del deber. Para con los presentes tuvo el gesto amable de obsequiarnos algunos de los artículos artesanales que elabora como



costurera; yo guardaré el mío con mucho placer: un depósito de una caja de fósforo; lo que más impresiona es la calidad y estética de la costura en espacios de telas tan pequeños. En el momento de la entrega quiso que posáramos con ella, y así lo hicimos, no podíamos perder esa exclusividad.

Sefín, como le gusta que la llamen, dice poseer una cultura alimentaria que pocos mantienen: come vegetales, frutas, y proteínas en pequeñas cantidades, pero muy seguido. De pronto se paró del sillón, abrió el refrigerador y nos brindó un dulce prodigioso, nos comenta haberlo traído de Matanzas en su más reciente viaje: “dulce de calabaza china”.

Sobran motivos para continuar charlando con esta incansable superviviente; da gusto escuchar sus ocurrencias. María Josefa es de las que llegan, penetran y quedan en los corazones, cuesta trabajo despedirse de ella. Por último nos dice que sólo tiene una ligera molestia en un brazo producto de una caída, además de la mencionada dificultad visual en uno de sus ojos; asegura que habrá Josefa para rato y me invita para su cumpleaños ciento uno el 15 de mayo del presente año. Al cierre de la entrevista intentó hacernos algunos chistes, que me dijo no podía publicar porque eran fuertes, pero no la pude complacer porque otra centenaria del mismo barrio esperaba por mi visita a quien Aleida insistió que entrevistara. Se trata de Inés Áreas Soa de 105 años, natural de Manzanillo, provincia Granma. Vecina de María Josefa, pertenece a la misma área de salud en la Habana Vieja.

Inés me recibe con mucha educación, pero no puede disimular lo molesta que siente mucho frío, y aunque está operada de las caderas e imposibilitada para caminar, hizo un esfuerzo y posó de pie para la foto. Me dejó claro que no tenía muchos deseos de hablar, sólo me comentó muy breve su lugar de origen y que le gusta comer alimentos buenos, su preferencia de siempre es el plátano maduro frito.

Lo cierto es que llegar a la meta de los 120 años es posible, muchos centenarios se aproximan al extremo del término con calidad de vida, gracias a la ocupación de nuestro sistema social y de salud que velan por la existencia y larga vida de sus ciudadanos.

